



性/別手冊學生版

Gender and Sexuality Handbook for Chuo
University Students



中央大學多元化中心 2024

導言

這本手冊是為中央大學全體學生準備的。旨在對與性/別*相關的知識及資訊盡可能地進行簡明易懂的匯總。在你們當中，有些人可能已經學習過性別相關的內容，或者對LGBTQ有所瞭解並且認為自己是其中的一員；也有些人可能覺得這些與自己無關，或者對這些話題感到困惑。然而事實上，性/別是一個與所有的人都相關的問題。

在我們的日常生活中，有許多涉及到性/別、但是我們可能都沒有意識到的場景。就比如檔上的性別欄等。此外，人們會有著不盡相同的性體驗和性欲望。為了讓多元的我們可以在這個社會上共存，我們需要具備主動去瞭解自己和他人的態度，還要具備要瞭解自己和他人時所需的基礎知識。希望你們可以將這本手冊作為輔助工具，更好地理解這些話題。

你們是否知道製作這本手冊的「中央大學多元化中心」嗎？中央大學於2017年10月發佈了“中央大學多元化宣言”（請參閱第22頁），承諾為所有大學成員提供平等的學習環境和工作環境。作為該努力的一部分，「中央大學多元化中心」於2020年4月成立（請參閱第19頁）。除了本手冊，希望你們也積極利用大學的多元化中心以及並設的多元化廣場。

* 本手冊的“性/別”包含了多元、流動的性取向等性的表達方式和性別認同等的意思。具體請參考“01與性/別的相關用語”部分。

- ▶ 可以從我們的網站或Twitter上獲取「多元化中心」的最新資訊

網站 <https://www.chuo-u.ac.jp/campuslife/diversity/>

推特 https://twitter.com/chuo_dc

- ▶ 我們還為教職員工製作了名為《性/別手冊教職員工版（關懷和應對）》的手冊

網站 <https://www.chuo-u.ac.jp/campuslife/diversity/gs/book/>

- ▶ 中文版翻譯：文可依，洪毓謙，子安加餘子，楊晶，八木はるな

目錄

導言	2
目錄	3
01. 與性/別的相關用語	4
～Column 1 “普通人”指的是誰？～	6
02. 學生生活	7
I 姓名、性別、照片的處理	7
II 設施的利用	8
III 上課、實習、留學	11
IV 就業	12
～Column 2 出櫃不是終點，而是過程～	12
03. 問答Q&A	13
～Column 3 每個人都能安心置身於此的校園是什麼樣的？～	15
04. 與性/別相關的諮詢視窗	17
～Column 4 由性別引發的糾葛～	18
05. 中央大學多元化中心	19
～Column 5 一橋大學被出櫃事件～	21
06. 中央大學多元化宣言	22
參考文獻	23

01. 與性/別的相關用語

在這裡，我們將介紹與性/別的相關基本用語。這些用語將在本手冊中反復出現。借此機會讓我們確認一下它們的含義吧。

▸ 性別 (Gender)

指社會上被構建出來的性別差異。與其相似的還有諸如性別刻板印象（也就是所謂的男性氣質和女性氣質，“男性應該是這樣的、女性應該是那樣”的社會觀念）、性別偏見（關於性別的偏見和歧視）、性別角色（男性應該在外工作、女性應該在家裡從事家務和育兒等固有的性別角色規範）等用語。

▸ 性 (Sexuality)

指人類的性的存在和表達方式。近年來，至少有以下四個要素的組合被認為塑造了人類的性的存在和表達方式。

- 性取向 (Sexual Orientation)：指的是對戀愛和性愛的對象的取向。對戀愛對象的取向稱為 "Romantic Orientation"，對性愛對象的取向稱為 "Sexual Orientation"
- 性別認同 (Gender Identity)：指的是個人對自己的性別的認知
- 性別表達 (Gender Expression)：個人如何通過服裝、髮型、言談舉止等方式來表達自己的性別
- 出生時被分配的性別 (Sex Assigned at Birth)：根據出生時的身體特徵而被判斷的性別

由於以上各個要素及其組合具有多元化，因此“性”的存在和表達方式因人而異。有時這種性的多元化用“漸變光譜”來表示。

▸ SOGI

這是性取向 (Sexual Orientation) 和性別認同 (Gender Identity) 的首字母縮寫。這個詞不僅涵蓋了性/別少數群體，也包括了性大多數群體，是將各種性的存在和表達方式視為人權問題的國際用語。有時與性別表達 (Gender Expression) 結合使用，稱為 SOGIE；與生理特徵 (Sex Characteristics) 結合使用，稱為 SOGIESC。

▶LGBTQ

LGBTQ是由一組詞語的首字母組成的詞彙，組成了擁有各種性取向和性別認同的性/別少數群體的總稱，包括：女同性戀者（Lesbian）、男同性戀者（Gay）、雙性戀者（Bisexual）、跨性別（Transgender。性別認同與出生時被分配的性別不符的人）、酷兒（Queer。用於表示擁有不同性/別的人之間的連結，以及表達對異性戀規範和同性戀歧視等的反抗的概念）、性/別未定者（Questioning。正在探索自己的性/別或故意不作確定的人）。

此外，在性取向方面，還有其他詞彙如泛性戀者（Pansexual）、無性戀者（Asexual）；在性別認同方面，還有X性別和非二元性別（X-gender, Non-binary：性別認同不限於男女的人）。為了表示這些廣泛的含義，有時也會使用“LGBTs”或“LGBT+”。

※注意：日語中的詞彙如ホモ、レズ、おかま等在歷史上曾經是歧視性用語，因此一般推薦使用更加中性的表達，如ゲイ、レズビアン、同性戀者等。

▶出櫃（Coming out）

指的是按照自己的意願向他人表明自己的性別認同或性取向。是否要出櫃、何時出櫃、對誰出櫃、在何種範圍內公開，都應屬於個人自由。

▶替別人出櫃（Outing）

在未經本人同意的情況下，向第三者透露他人的性取向或者性別認同。這是嚴重的侵犯人權的行為，要堅決禁止。如果有人在面前出櫃之後，你想與他人商量這件事的話，先不要透漏給一些共同好友，請選擇去多元化中心等地方與那裡的工作人員商量。

▶SOGI騷擾

指與SOGI（性取向與性別認同）相關的騷擾行為。以下情況可能涉及此類行為：

- ① 歧視性的言行、嘲笑和歧視性稱呼
- ② 霸凌、故意無視和暴力
- ③ 強制對方以非己所願的性別生活
- ④ 進行不正當的工作調動或非法解雇，無正當理由拒絕入學或強制轉校
- ⑤ 替別人出櫃

▶盟友（Ally）

指的是行動上支持、理解和願意與LGBTQ群體站在一起的人。源于英文中的Ally（盟友、協助夥伴）。盟友這一詞在過去主要用於非LGBTQ群體的人參與LGBTQ相關活動或表明自己是LGBTQ群體的理解者、支持者的場合。然而，近年來，它的意義逐漸擴展，有著“無論是否是LGBTQ

群體的成員，都可以成為互相尊重對方性別和性取向的盟友”的意思。為了改善LGBTQ群體所處的環境，所有的人都成為盟友是非常重要的。

▸彩虹

由紅、橙、黃、綠、藍、紫這6種顏色組成的彩虹是LGBTQ的象徵色彩。佩戴或展示彩虹符號可以表明佩戴者本人或展示場所是理解並支持LGBTQ的。

Column 1 “普通人”指的是誰？

在當今社會，被分配的出生性別與自己性別認同一致、並且性取向為異性戀的人被視為大多數。出生性別與性別認同一致的人被稱為“順性別”，性取向為異性戀的人被稱為“異性戀者”。換句話說，性的多數派是指順性別且異性戀的人群。

請你回想一下，自己是否曾經用“普通人”來指代性的多數派呢？其實，將某些屬性的人稱為“普通”會導致將其他人視為“不普通”。同樣，“正常”或“一般”這樣的表達方式也同樣需要謹慎使用。

無論女性、男性、還是不屬於這兩者，無論喜歡誰或什麼、或者不喜歡...多元化的性的存在和表達方式都應該受到尊重。我們應該意識到，順性別且異性戀的人也屬於多元化的性的存在形式之一。

02. 學生生活

我們對目前中央大學與性/別相關的規定和設施等資訊進行了匯總。如果你對這些制度和設施的利用有任何疑問，請隨時與多元化中心聯繫。

I 姓名、性別、照片的處理

1) 姓名的處理

戶籍上的姓名發生變更時：

你需要提交“本人、保證人、學費負擔者資訊等變更（訂正）申請書”。詳情請諮詢學部或研究生院的辦公室。

希望使用通用名（非戶籍上所登陸、但日常使用的名字）時：

在中央大學，以下情況可以使用通用名稱：

- A. 因結婚等理由導致戶籍上的姓名發生變更，但希望使用變更前的姓名時；
- B. 外國籍學生希望使用住民票記載事項證明書上記錄的通用名時；
- C. 不屬上述情況，但所屬學部等處的負責人認為有正當理由時；

如果有學生對自己出生時被分配的性別有不適感並希望使用通用名，這種情況有可能符合C。請向多元化中心、學部或研究生院辦公室諮詢。

可以使用通用名的材料：

如果符合一定的條件，下述幾項材料可以申請使用通用名：

- 學生的相關材料 · 學位證書
- 學生證 · 各種報表（成績冊、選修清單、選課學生名單等）

不能使用通用名的材料：

以下材料不能使用通用名：

- 學生的檔案 · 教育職員許可證申請材料
- 國家資格認證考試等，按照制度由國家或政府機構主管，與此相關的各種材料要求使用戶籍上的姓名

- 此外，由學部主任等人判斷為不便使用通用名的材料

2) 性別的處理

戶籍上的性別發生變更時：

你需要提交“本人、保證人、學費負擔者資訊等變更（訂正）申請書”。詳情請向學部或研究生院辦公室諮詢。

希望使用自己認同的性別時：

學籍上的性別無法變更為與戶籍上不同的性別。但如需學校對其他方面做出調整，請向多元化中心、學部或研究生院辦公室諮詢。

記載性別資訊的材料：

健康檢查報告和通學證明書通常會標注性別。

無性別資訊記載的材料：

其他文件，如成績單、在學證明書、在籍證明書、即將畢業/修業證明書、畢業證書等通常不包含性別資訊。

3) 照片的處理

學生證上的照片原則上使用報考登記表所用的照片，直至畢業。如果因性別重塑等原因希望更換學生證照片，視具體情況有可能獲准更換。如果有此需求，請向多元化中心、學部或研究生院辦公室諮詢。

II 設施的利用

1) 洗手間

多摩校區

原則上每棟樓都至少設有一個多功能洗手間。此外，8號樓、C Square、FOREST GATEWAY CHUO每層都設有多功能洗手間（FOREST GATEWAY CHUO的4樓沒有多功能洗手間，但設置了哺乳室）。更多詳情請查閱無障礙設施地圖。

後樂園校區

2號樓設有一個，3號樓設有四個，6號樓設有一個多功能洗手間。更多詳情請查閱無障礙設施地圖。

市谷田町校區：設有一個多功能洗手間。更多詳情請查閱無障礙設施地圖。

2) 更衣室

多摩校區

第一體育館、第二體育館和C廣場都設有男女分開的更衣室。目前，校內沒有設立無性別更衣室或獨立的個人更衣室。（可以使用多功能洗手間。）

後樂園校區

3號樓和5號樓都設有男女分開的更衣室。3號樓的更衣室與淋浴間相連，設有獨立的個人更衣室。目前，校內沒有設立無性別更衣室。（可以使用多功能洗手間。）

3) 淋浴室

多摩校區：第一體育館、第二體育館和C廣場均設有男女分開的淋浴室。

後樂園校區：3號樓和5號樓設有男女分開的淋浴室。3號樓的淋浴室與更衣室相連，具備獨立的單間淋浴室。

4) 哺乳室

多摩校區：FOREST GATEWAY CHUO 4樓設有哺乳室。

5) 定期體驗

定期體檢男女分開進行。檢查表單是打勾形式的，性別一欄提供了“男”和“女”兩個選項。心電圖檢查（僅新生）在小隔間進行，需要敞露胸部進行。胸部X光檢查（所有受檢者）在與其他受檢者相同的房間內進行，需要換掉上身的衣物，穿著素色T恤進行拍攝。

找工作和教育實習需要提交“體檢證明書”，所以有必要接受體檢。體育技能等科目有時也需要接受體檢。如果有疑慮，請向保健中心或多元化中心諮詢。（可以安排在指定日期之外的日期進行檢查。）

6) 學生宿舍

聖跡國際交流宿舍：這是位於聖跡櫻丘的公寓型宿舍。沒有按性別分區。

國際教育宿舍

這是位於多摩校區內的合住型宿舍。除了1樓和5樓的共用區域外，每層都設有男生區和女生區。與每個區域相連的電梯也分為男性和女性專用。

每個單元都有兩個獨立的衛生間和一個獨立的淋浴間。此外，男生區設有男用衛生間、浴室、自助洗衣房等，女生區則設有女用衛生間、浴室、自助洗衣房等。共用區域配有男女分開的衛生間和多功能衛生間（僅限1樓）。

7) 研修宿舍

住宿者名冊

在住宿者名冊上需填寫學號和姓名。此外，還需分男女填寫住宿人數。如果需要記錄通用名或自己認同的性別，可以向學生生活科或都市學生生活科諮詢。

富浦臨海宿舍：這是位於千葉縣的研修宿舍

- 房間…只有大房間（日式房間）
- 浴室…只有男女分開的浴室，沒有單獨的淋浴間
- 廁所…只有男女分開的廁所
- 洗滌區…共用的洗滌區有兩個

原則上不能將大房間用作單人間。但是根據具體情況也可以另行安排，請向學生生活科或都市學生生活科諮詢。

野尻湖研修宿舍：這是位於長野縣的研修宿舍

- 房間…只有大房間（包括和室和洋室）。單人間僅供教職員工使用，學生不得使用。
- 浴室…只有男女分開的浴室，沒有單獨的淋浴間
- 廁所…每層都設有多功能廁所
- 洗滌區…只有男女分開的洗滌區
- 洗衣區…只有男女分開的洗衣區

原則上不能將大房間用作單人間。但是根據具體情況也可以另行安排，請向學生生活科或都市學生生活科諮詢。

III 上課、實習、留學

1) 上課

在課堂內尊稱的使用，從性別平等的角度來看，我們建議無論性別如何，都應該使用“さん”。此外，關於性別違和的相關問題，在中央大學的《應對具有性別違和或性別同一性障礙學生的指南》中，也寫著“通常情況下，建議使用‘さん’的稱呼”。

關於體育課，在一些院系，學生可以選擇參加男女共同參加的課程、RH班（複健班）、無實技要求的課程等。詳細資訊請查閱課程大綱並聯繫學院辦公室進行查詢。

2) 實習

關於教育實習與護理等實際體驗型的課程，教職辦公室提供事前的個別諮詢服務。關於博物館美術館員課程、社會教育主任課程和司書（圖書管理員）課程的實習，則由文學部辦公室提供事前的個別諮詢。需要注意的是，司書（圖書管理員）課程的實習不是必修課程。

3) 留學

從中央大學出國留學

校內留學的手續材料中並不包括性別欄。至於在留學地的姓名和性別處理，將以獲得留學簽證所需的官方證件（護照）為準，但國際中心提供事前的個別諮詢服務。尤其是交換留學，由於與去留學的那所大學是合作夥伴的關係，因此更容易展開密切的協商與合作。

從國外到中央大學留學

在中央大學，關於姓名和性別的處理，通常以獲得留學簽證所需的官方證件（護照）為準，但根據具體情況，也可以使用「通用名」。此外，對於來自合作夥伴學校的交換留學生，依照本人意願，可以選擇入住單人房型的宿舍（聖跡國際交流宿舍）。

多摩校區的國際館（GLOBAL GATEWAY CHUO）、後樂園校區的6號館7樓的國際休息室中設有祈禱室。

IV 就業

1) 履歷表

在生協販賣的中央大學指定的“履歷表・自我介紹書”並無性別欄。

2) 職業發展中心

如果你在職業發展中心辦理事務時，產生與姓名和性/別相關的疑問或需求，我們可以提供個別諮詢服務。

Column 2 出櫃不是終點，而是過程

將自己的性別認同或性取向告知他人（出櫃）並不是終點，而是一個過程，出櫃之後所進行的溝通交流才是重要的。

通常情況下，對於出櫃的一方來說，出櫃是在此前長時間面對自己的性/別的過程中自然發生的行為。而不少人在接受出櫃（被告知）時可能先是感到驚訝，以致無法立刻接受。這種情感上的錯位有時會導致出櫃後的人際關係中出現衝突。

在這樣的情況下，如果意識到出櫃是建立人際關係過程中的一個重要環節的話，可能會有助於雙方的相互理解。另外，出櫃有時也可能不只發生一次。就像人際關係可能會隨著時間而發展和變化一樣，出櫃的人和接受者（被告知者）之間也存在著多樣的關係。

出櫃涉及到敏感資訊的共用，可能有助於建立豐富的人際關係，但也有可能導致不慎替別人出櫃和“被出櫃”。無論你處於什麼立場，如果需要和人商量關於出櫃的事，歡迎隨時向多元化中心諮詢。

03 Q&A

Q1：為什麼要特別區分“LGBTQ”、“少數群體”等詞彙呢？

A：少數群體通常在社會中處於邊緣的位置。因此，身處困境的Ta們可能無法讓別的人注意到Ta們所面臨的困難，也無法獲得適當的幫助。為了使這個群體的存在廣為人知並能夠與周圍的人和諧相處，開始使用“LGBTQ”等詞彙。

Q2：想聽聽與自己的性取向和性別認同相近的人的經驗，卻不知道哪裡能獲得這樣的資訊。

A：校園內外有許多不同的組織，提供諮詢與交流場所。多元化中心也會提供資訊，請多加利用。此外，如果想先在中心與人交談，中心也有專業的諮詢人員提供支援。

Q3：當有人向我出櫃時，該如何對應呢？

A：性取向或性別認同是身份認同的一部分，因此出櫃可能伴隨著“如果不被接受該怎麼辦”的擔憂。首先，請你表現出接納的態度，例如你可以說：“謝謝你與我分享這麼重要的事情”，這樣對方會感到安心並繼續與你交談。然後，你可以詢問對方為什麼選擇向你出櫃，是否有其他人知道這件事情，以及是否有你可以提供的幫助等等（參考Column2第12頁）。

然而，作為接受（被告知）對方出櫃的一方，你可能會感到驚訝或困惑，有可能會希望聽取第三者的意見。但未經對方允許將其性取向或性別認同告訴其他人，這被視為“替別人出櫃”（參考第5頁）。請不要未經允許向共同的朋友或他人洩露這些資訊。如果你不確定該怎麼做，可以在保護對方隱私的前提下向多元中心尋求協助。

Q4: 被同性告白但不能接受對方的心意。這是歧視嗎？

A: 認為自己“無法與同性交往”本身並不同於歧視。重要的是你的言行舉止。不要使用侮辱性或否定他人的詞彙，比如“噁心”或“不可能”。也請不要以插科打諢的態度回應對方，比如說“你是在跟我鬧著玩兒的吧”。要認真地對待這件事情。此外，不要隨意將對方的告白洩露給他人，因為這會被視為替別人出櫃（參考第5頁），請千萬不要這樣做。如果你能夠坦誠地做出回應，比如“因為我只對異性有感覺，所以無法與你交往”，那麼通常是不會傷害對方的。此外，你也可以表達自己的願望或真實的感受，比如“我希望我們繼續做朋友”或“我腦子有點兒亂，需要一些時間冷靜一下”等等，這樣的溝通方式可能更有效。

Q5: 我聽到一位朋友是性/別少數者的傳言，因此對於自己是否能像過去一樣與對方相處感到擔憂。

A: 首先你要明白，到目前為止的人際關係並不會因為對方的性取向或性別認同而變為虛假的，對方也不會變成另一個人。理解這一點非常重要。個人的性取向或性別認同其實與原本一直以朋友相處的關係並無多少關聯。

其次應該注意的是，這只是一個傳言。我們無權也不應該擅自評斷他人的性取向或性別認同。而且，這種傳言本身可能會造成替別人出櫃 / 被出櫃（參考第5頁）的結果，所以如有可能，建議你告訴傳播這個消息的人停止這樣的行為。此外，對於當事人，也應該避免強迫對方談論其性取向或性別認同。

Q6: 我不太清楚自己的性取向和性別認同，這種情況也可以向多元中心尋求建議或幫助嗎？

A: 當然可以。多元化中心不會“因為你是這種性取向・性別認同，所以就這樣對待你”。我們將根據每個人的需求提供具體的幫助。如果你在尋求建議或幫助時有任何不安或疑慮也請告知我們。歡迎隨時輕鬆到訪。

Q7: 我想學習關於性/別等相關知識，應該怎麼辦才好？

A: 學習關於性/別等相關知識的方法有很多，建議你多做一些嘗試。多元化中心將提供協助，歡迎多加利用。

Column 3

每個人都能安心置身於此的校園是什麼樣的？

為了讓校園成為每個人都可以安心置身於此的場所，我們積極採取了多項措施。比如，考慮到如果能方便使用洗手間也會使人感到舒適心安，所以我們設置了多功能洗手間。多摩校區的FOREST GATEWAY CHUO幾乎每層樓都配備了多功能洗手間，我們也一直致力於切實完善這些設施。此外，為那些一邊育兒一邊學習的人設置的哺乳室也是這些舉措之一。

近年來，注重在洗手間內提供生理用品也成為關注的焦點。有人因為經濟條件及其他各種原因而無法獲取足夠的生理用品。此外，在校園內，當急需生理用品時，由於可以獲取這些用品的地方（例如商店）有限，可能會導致無法安心聽課等問題的產生。如同洗手間裡一定會提供衛生紙一樣，我們也應當將生理用品視為必備品之一。這是在加強關於生理知識的宣傳和教育的同時還需要做出的努力。

如果你想瞭解多元化 . . .

1. 在多元化廣場借閱、流覽書籍
開放室時間內可以自由地閱覽書籍。中央大學的學生也可以借閱書籍，請務必多加利用。
(參考第19-20頁)
2. 閱讀多元化中心所推薦的書單上的書
多元化中心製作了涵蓋性/別以及殘障或全球等與多元化主題相關的推薦書單。供對多元化廣場藏書以外的圖書有興趣的人參考。
3. 參加多元化中心舉辦的活動
多元化中心會舉辦各種活動。請通過網站或Twitter帳號（參考第2頁）確認活動資訊。
4. 選修與性/別主題相關的課程
所屬學部可以選修的課程會有所不同。你可以嘗試使用課程大綱（syllabus）進行關鍵詞查詢，例如“性別（ジェンダー）”、“性（セクシュアリティ）”、“性 / 別少數群體（性的マイノリティ、セクシュアルマイノリティ…）”、“LGBT”等等。如果你無法找到或不知道如何查詢，請隨時向多元化中心諮詢。
5. 向多元化中心的專業人員諮詢
多元化中心有專業的諮詢人員。請隨時與我們聯繫，也歡迎隨時到訪多元化中心（但專業的諮詢人員有時會因為工作排程等原因當時不在場）。“有想知道的事情”、“感到困擾”、“總之想找人說說話”等等，不論是什麼理由都沒問題。此外，如果你想與朋友或教職員等人一起交談，也歡迎隨時與他們一同前來。

以上，列舉了5個例子，其他當然還有很多在校園外學習相關知識的方法，歡迎與多元化中心聯繫商量。

04. 與關於性/別的諮詢視窗

在多元化中心，我們有專業的人員可以提供關於性/別的諮詢。請放心與我們聯繫。

- ・ **多元化中心電話：042-674-4554**

多元化中心還根據具體需求可以與以下部門以及學院的辦公室合作，為你提供支援。

- ・ **騷擾防治與倡導支援室電話：042-674-3507**

- ・ 學生諮詢室：多摩校區 042-674-3481

- 後樂園校區 03-3817-1724

- 市谷田町校區 03-3513-0309

- 茗荷谷校區 03-5978-4222

- ・ 保健中心： 多摩校區 042-674-2968

- 後樂園校區 03-3817-1722

- 市谷田町校區 03-3513-0319

- 茗荷谷校區 03-5978-4178

- ・ 國際中心： 042-674-2211

<https://www.chuo-u.ac.jp/inquiry/form/?id=55>

Column 4 由性別引發的糾葛

你曾經說過或是被說過類似于“男生就應該○○、明明是男生…”、“女生就應該○○、明明是女生”這樣的話嗎？而“男性氣質”和“女性氣質”說的又是什麼呢？

其實，並不需要完全否定“男性氣質”或“女性氣質”。有人喜歡裝扮或行事“有男人味”或者“有女人味兒”，這也是一種生活方式。然而，如果某些價值觀將你束縛在“因為你是女性”，所以不需要上大城市的大學，不需要去留學或“因為你是男性”，所以必須要堅強等觀念中，那麼你的自由可能會被剝奪。有人因為這種社會壓力而感到痛苦，這也是事實。

要建立一個人人都能自由自在地生活的社會，或許應該試著擺脫性別限制，這樣我們才能真正實現性別平等。我們都應該來反思一下自己，是否因為這種限制正在想要放棄某些東西，亦或正在強加給別人某種限制。

05. 中央大學多元化中心

自2020年4月起，多元化中心應多元化宣言設立。多元化中心通過各種方式為學生的學術活動和生活提供支援和幫助。

1. 我們可以提供以下服務

01 提供安心、安全的休息場所

多元化中心辦公室旁邊設有“多元化廣場”，是為學生提供的休息場所。在多元化廣場，你可以休息、聊天和閱讀等。

02 資訊收集與傳播，啟蒙開發培訓

多元化廣場陳列並出借與多元化相關的書籍等。此外，還會舉辦演講會等各種活動。相關的活動安排請查閱我們的網站或Twitter（參考第2頁）。

03 諮詢服務

我們接受學生的個別諮詢。專業人員會提供諮詢。諮詢可以一對一進行，也可以在朋友或教職員工的陪同下進行，歡迎隨時前來（我們也可以前往多摩校區以外的地方提供服務）。

～諮詢流程～

Step. 1 聯繫：請通過電子郵件表單、電話等方式與我們聯繫

請預先通過以下方式與我們聯繫，這將有助於順利進行諮詢。

諮詢表單連結：<https://www.chuo-u.ac.jp/inquiry/form/?id=134>

電子郵件：dc-soudan-grp[at]g.chuo-u.ac.jp *請將[at]置換為@

電話：042-674-4554 / 傳真：042-674-4555

Step. 2 前來諮詢、接待：請填寫諮詢接待表

如果已經預約了諮詢，請在來訪時填寫“諮詢接待表”。請在可以接受的範圍內填寫表單內容（姓名、所屬、聯繫方式、諮詢內容等）。

如果你沒有預約，而當天有專業諮詢人員可以為你提供服務，我們將接受諮詢申請並要求你填寫“諮詢接待表”。如果沒有可以提供諮詢服務的專業人員在場，我們將為你另行安排日期和時間。

Step. 3 面談：專業諮詢人員及專職的職員將與你交談

Step. 4 提供支援、處理問題：

我們將根據面談中獲取的資訊，和你一起討論並決定未來的支援和對應措施。根據具體需求我們可能會與其他部門合作。

2. 支援方面

性/別方面：我們擁有專業的諮詢人員，可以應對性別、性別認同、性取向等相關問題。

諮詢示例 “我對我的性取向感到困惑” “當我向某人出櫃（向某人公開自己的性別認同或性取向）之後，那個人未經我同意在別人面前替我出櫃（未經本人同意將性取向或性別認同的事情洩露給協力廠商）了。”

此外，多元化中心的支援工作還涵蓋以下兩個方面：

殘障方面：應對與殘障或疾病相關的問題。我們擁有專業的諮詢人員。

全球方面：應對國籍、種族、語言、宗教等相關問題。

3. 開放時間

多元化中心辦公室

多摩校區 FOREST GATEWAY CHUO 2樓、週一至週五（開學上課期間）、10:00～17:00
（諮詢接待截止時間為16:00）

多元化廣場

多摩校區 FOREST GATEWAY CHUO 2樓、週一至週五（開學上課期間）10:30～14:30

Column 5 一橋大學被出櫃事件

這是一個發生於2015年的事件。一名從中央大學法學部畢業，並就讀于一橋大學法科研究所的男學生A，透過LINE向另一名男學生B坦承了自己的性取向，並向對方告白。起初，B回應說：“我雖然不能與你交往，不過我希望我們可以繼續做好朋友”，但漸漸變得關係難以相處。數月後，B在與A及數名雙方共同的朋友都看得到的LINE群組上發了一條資訊：“我無法再隱瞞你是同性戀的事了，對不起”。這就等於替別人出櫃了（參考5頁）。此後，A的身心狀況開始惡化，儘管曾向校內數個部門尋求幫助，但問題未得到解決。下一個月，A從校舍墜樓後不幸身亡。

替別人出櫃是一種令被出櫃者喪失安全感的行為，有時甚至會威脅到Ta們的生命。

如果你遭遇替別人出櫃（成為被出櫃者），請向多元中心或騷擾防治與宣導支援室尋求幫助。此外，如果你因遇到他人出櫃而感到困惑或不知應該怎麼辦時，多元化中心也會接受你的諮詢並承諾為你保密。

以此事件為契機，一橋大學所在的國立市於2018年頒佈了全國首部禁止替別人出櫃的條例，替別人出櫃的嚴重性逐漸得到全社會的廣泛認同。如果你想更深入地瞭解相關資訊，請參考相關文獻（第23頁）

06. 中央大學多元化宣言

2017年10月，中央大學發佈了“中央大學多元化宣言”，該宣言承諾為所有擁有不同性別、性別認同、性取向等各種背景的人提供平等的學術和工作環境。因此，中央大學的學生有權享受必要的關懷和支援，以確保他們不受到基於性別、性別認同或性取向的不合理對待，並能在平等的環境中度過他們的學生生活。

- 1 學習對於探索並實現美好的人生非常重要。學習欲望是人的基本希求之一。我們希望通過學到的知識來成就美好的人生。所以，我們未來的社會要為具有不同背景的所有成員提供享受學習的平等機會。包括大學在內的教育機構即是提供學習機會以實現美好生活方式的最重要的場所。因此，這些機構必須提供並完善這樣一個環境：所有的人不會因身體殘疾、病史、經濟狀況、性別、性別認同、性取向、年齡、國籍、種族、語言、信仰或宗教等原因喪失學習的機會。
- 2 中央大學一直致力於培養感受力強、綜合素質高、具備豐富專業知識並能為國際社會做出貢獻的優秀人才。我們現在認識到要為所有人平等地提供學習機會的重要性。因此，我們還將提供一個自由學習的環境，所有成員都能認同彼此所存的差異即多元化，大家相互尊重，齊心協力，共同提高。此外，我們還將努力創造一個和諧的工作環境，以使具有不同背景和身份的所有成員能夠共同從事學術研究及教育工作。
- 3 為實現上述目標，我們將採取以下措施。

首先，我們努力創造這樣一個環境，以使具有下述不同背景和身份的所有成員能夠共同學習與工作。不同背景和身份包括：身體殘疾、病史、經濟狀況、家庭環境、性別、性別認同、性取向、年齡、國籍、種族、語言、信仰或宗教等。

其次，我們努力創造這樣一個工作環境，共同學習的成員能夠最大限度地發揮個人能力，並實現工作與生活的合理平衡。

第三，我們將促進為大學身體殘疾成員提供合理關懷，並提高對消除社會障礙的理解。

第四，我們在保障每個人的尊嚴與人權的基礎上，不容許發生基於偏見的歧視與侵犯人權的行為。

作為人類社會的一員，我們將與全社會一起穩步落實上述舉措。

2017年10月

學校法人 中央大學

参考文献

【其他大學的性/別多元化相關指南和材料】

- 國際基督教大學性別研究中心（2016年）〈性/別和校園生活可行指南 第一卷 ICU初版〉

<https://subsite.icu.ac.jp/cgs/en/resource/gsc101v1.html>

- 國際基督教大學性別研究中心（2016年）〈性/別和校園生活 第二卷：在大學的108件可行之事清單〉

https://subsite.icu.ac.jp/cgs/docs/GSCL02_108ThingsUniversity_v1.pdf

- 國立大學法人筑波大學多元化、無障礙、就業輔導中心（2020年）〈筑波大學對有關LGBT等的核心理念和指南〉

https://diversity.tsukuba.ac.jp/wordpress2017/wp-content/uploads/2020/03/lgbtguideline_20200327.pdf

- 東海國立機構名古屋大學（2021年）〈名古屋大學對有關LGBT等的核心理念和指南〉

https://www.nagoya-u.ac.jp/about-nu/upload_images/guideline03162021.pdf

- 東京都立大學推動多元化辦公室（2020年）〈東京都立大學對性少數群體的支援指南〉

https://www.comp.tmu.ac.jp/diversity/images/TMU_support_guidelines_for_SOGI-LGBT_2020.pdf

- 早稻田大學GS中心（2021年）〈支持性少數學生和盟友的指南 第4版〉

https://www.waseda.jp/inst/gscenter/assets/uploads/2021/03/SupportGuideV4_JP.pdf

【入門書籍】

- 石田仁(2019)《はじめて學学ぶLGBT:基礎からトレンドまで》ナツメ社

- 加藤秀一、石田仁、海老原曉子(2005)《圖解雜學ジェンダー》ナツメ社

- 谷口洋幸(編)(2019)《LGBTをめぐる法と社會》日本加除出版

- 一橋大學社會學部佐藤文香ゼミ生、佐藤文香監修(2019)《ジェンダーについて大學生が真剣に考えてみた：あなたがあなたらしくいられるための29問》明石書店

【關於替別人出櫃】

- 神谷悠、松岡宗嗣(2020)《LGBTとハラスメント》集英社新書
- 砂川秀樹(2018)《カミングアウト》朝日新書
- 松岡宗嗣(2021)《あいつゲイだって：アウティングはなぜ問題なのか?》柏書房
- LGBTQ+ Bridge Network(2021)〈一橋アウティング事件を語り継ぐ〉

<https://hitupride.wixsite.com/lgbtqbridgenet/hit-outing-case>

※在製作本手冊時，我們參考了早稻田大學GS中心的〈支持性少數學生和盟友的指南 第4版〉（2021年）等其他各大學的先行經驗。在此表示感謝。

～感謝你閱讀本手冊～

如果對手冊的內容有任何意見、建議或感想，
歡迎發送郵件至dc-soudan-grp[at]g.chuo-u.ac.jp

*請將[at]置換為@

中央大學多元化中心

郵編：19200393

東京都八王子市東中野742-1 FOREST GATEWAY CHUO 2F

TEL: 042-674-4554 FAX: 042-674-4555

Email: dc-soudan-grp[at]g.chuo-u.ac.jp

*請將[at]置換為@

網址：<https://www.chuo-u.ac.jp/campuslife/diversity/>

Twitter：https://twitter.com/chuo_dc